

Sosialisasi Dasar-Dasar Dukungan Psychological First Aid Pada Organisasi Palang Merah Indonesia Di Kabupaten Nias Utara

Lestari Waruwu

Prodi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, FKIP, Universitas Nias

*Corresponding-Author. Email: lestariwaruwu56@gmail.com

Abstrak

Kabupaten Nias Utara memiliki salah satu organisasi yang bergerak dalam bidang jasa sosial kemanusiaan yaitu organisasi Palang Merah Indonesia (PMI). Organisasi ini sering membantu korban bencana alam serta pelayanan kesehatan lainnya yang berpegang pada prinsip-prinsip dasar Palang Merah dan Bulan Sabit Merah Internasional dalam menjalankan tugas dan fungsinya. Pembentukan Organisasi Palang Merah di Kabupaten Nias Utara tidak terlepas dari kondisi alam yang sering mencekam dan meresahkan bahkan mengancam keselamatan masyarakat. Kabupaten Nias Utara merupakan dataran rendah yang berada di dekat bantaran sungai, pada setiap musim hujan kawasan pemukiman warga sering dilanda banjir, sehingga dapat mengganggu aktivitas warga. Kabupaten Nias Utara terdiri dari 11 Kecamatan dan 1 Kelurahan, rata-rata setiap tahunnya ke 11 kecamatan tersebut pasti dilanda banjir. Dengan kondisi alam diatas, semua elemen-elemen masyarakat terkait berperan aktif dalam upaya pencegahan dan penanggulangan bencana tersebut dan saling bekerja sama untuk menanganinya. Mengingat kondisi di atas, maka kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan penguatan/bekal melalui sosialisasi Dasar-Dasar Dukungan Psikososial (PSP) kepada organisasi PMI juga masyarakat, supaya mendapat ilmu pengetahuan tentang bagaimana menghadapi dan memberikan bantuan berupa dukungan psikologi pertama Psychological First Aid (PFA) kepada masyarakat lain yang dilanda bencana.

Kata Kunci: sosialisasi, dasar-dasar dukungan psikososial, organisasi pmi, nias utara

Abstract

North Nias Regency has one of the organizations engaged in the field of humanitarian social services, namely the Indonesian Red Cross (PMI) organization. This organization often helps victims of natural disasters and other health services that adhere to the basic principles of the International Red Cross and Red Crescent Societies in carrying out their duties and functions. The establishment of the Red Cross Organization in North Nias Regency is inseparable from natural conditions that are often tense and disturbing and even threaten the safety of the community. North Nias Regency is a lowland located near a riverbank, in every rainy season the residential area is often flooded, so that it can interfere with residents' activities. North Nias Regency consists of 11 sub-districts and 1 sub-district, on average every year the 11 sub-districts are definitely hit by floods. With the above natural conditions, all related elements of society play an active role in the prevention and management of these disasters and work together to deal with them. Given the above conditions, this community

service activity aims to provide socialization of the Basics of Psychosocial Support (PSP) to the community, in order to gain knowledge on how to deal with and provide assistance in the form of Psychological First Aid (PFA) psychological support to other communities affected by disaster.

Keywords: *socialization, basics of psychosocial support, pmi, north nias*

PENDAHULUAN

Psychology First Aid (PFA) adalah salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk mengatasi dampak dari situasi kegawatan atau bencana, dan meminimalkan dampak yang ditimbulkan karena kejadian kegawatan ataupun bencana pada individu (Pekevski, 2013). Psychological First Aid (PFA) dikembangkan di Amerika oleh Nasional Child Traumatik Stress Network and National Center for PTSD (Brymer et al., 2006).

PFA direkomendasikan oleh organisasi kemanusiaan, termasuk Federasi Palang Merah Internasional dan Bulan Sabit Merah Masyarakat, Organisasi Kesehatan Dunia dan sebagainya (Eifling & Moy, 2015). PFA juga menjawab kesenjangan antara jumlah pasien yang menjadi korban dan mengalami permasalahan kesehatan jiwa dengan jumlah tenaga kesehatan jiwa yang tersedia dilapangan, karena PFA dapat dipelajari oleh masyarakat awam, maupun relawan yang bukan kesehatan (Sarkar, 2016).

Pada 2016, World Federation of Mental Health (WFMH) menjadikan PFA sebagai tema hari kesehatan mental sedunia. Menurut WFMH (2016), ada tiga prinsip utama dalam PFA yang harus dipahami baik oleh pelaksana maupun penyintas, yaitu:

1. Lihat (Look): lakukan pengamatan tentang jaminan keamanan, terutama untuk orang yang secara jelas memerlukan kebutuhan dasar (makan, minum), dan pengamatan untuk orang dengan reaksi distress yang serius
2. Dengarkan (Listen): buatlah komunikasi/kontak dengan orang yang mungkin membutuhkan dukungan, tanyalah dengan tenang apa yang sekiranya

mereka butuhkan/ minta, dengarkan dan bantulah mereka untuk merasa tenang.

3. Jaringan (Link): bantulah orang untuk menemukan tempat yang dapat memberikan layanan kebutuhan dasar dan akses pelayanan, bantulah orang untuk menyelesaikan masalahnya, beri informasi secara benar, dan hubungkan dia dengan orang yang dapat memberikan dukungan sosial secara utuh/orang yang dicintai.

Tujuan dari Psychology First Aid (PFA) adalah:

- 1) Mengurangi dampak negatif dari pengalaman traumatis
- 2) Memperkuat fungsi adaptif jangka pendek & jangka panjang penyintas
- 3) Akselerasi proses pemulihan penyintas.

Ada beberapa ciri yang menjadai target untuk dalam melakukan pertolongan pertama dengan sifat segera, antara lain:

- 1) Orang-orang dengan cedera yang serius dan mengancam jiwa, sehingga membutuhkan pertolongan gawat darurat medis;
- 2) Orang-orang yang sangat terpuak, sehingga mereka tidak dapat mengurus dirinya sendiri atau anak-anaknya;
- 3) Orang-orang yang memiliki kemungkinan untuk menyakiti dirinya sendiri;
- 4) Orang-orang yang memiliki kemungkinan dapat menyakiti orang lain.;
- 5) Anak-anak (termasuk remaja), terutama mereka yang terpisah dari sosok pengasuhnya, mungkin perlu dilindungi dari pelecehan dan eksploitasi. Mereka juga akan membutuhkan bantuan dari sekitar mereka untuk mendapatkan kebutuhan dasar mereka.
- 6) Orang-orang dengan disabilitas fisik, mental, atau gangguan kesehatan akan

membutuhkan bantuan khusus untuk dapat menjangkau area yang aman, terhindar dari pelecehan, dan mengakses bantuan kesehatan atau layanan lain. Hal tersebut juga berlaku pada orang lanjut usia, wanita hamil, orang-orang dengan gangguan mental, atau orang yang memiliki gangguan penglihatan dan pendengaran.

- 7) Orang-orang yang berisiko terkena diskriminasi atau kekerasan, contohnya perempuan dan orang-orang dari etnis tertentu. Mereka membutuhkan bantuan agar tetap dalam kondisi aman dan mendapatkan akses untuk bantuan yang tersedia.

Ada beberapa hal yang boleh dan tidak bisa dilakukan dalam kegiatan Psychology First Aid (PFA). Hal yang dilakukan:

- 1) Berusahalah mencari tempat yang tenang untuk berbicara, untuk meminimalkan adanya gangguan dari luar.
- 2) Jika diperlukan, hargailah privasi mereka dan jagalah kerahasiaan dari cerita yang disampaikan seseorang.
- 3) Jaga jarak dan kedekatan Anda dengan seseorang dengan mempertimbangkan budaya dan latar belakang mereka.
- 4) Buatlah mereka mengerti bahwa Anda mendengarkan, contohnya dengan sesekali menganggukkan kepala Anda dan menimpali mereka dengan.
- 5) Bersabarlah dan tenang.
- 6) Berikan informasi yang sebenarnya, jika Anda memilikinya. Jujurlah dengan apa yang Anda tahu dan apa yang tidak Anda ketahui. "Saya tidak tahu namun saya akan berusaha mencari tahu untuk Anda".
- 7) Berikanlah informasi secara sederhana supaya mudah dipahami.
- 8) Kenali dan pahami bagaimana perasaan mereka dan rasa kehilangan atau kejadian-kejadian penting yang mereka ceritakan kepada Anda, seperti meninggalnya seseorang yang di cintai atau ketika mereka kehilangan tempat tinggal mereka. "Saya dapat

membayangkan peristiwa tersebut sangat menyedihkan bagi Anda".

- 9) Pahami kemampuan setiap orang dan bagaimana kemampuan mereka dalam membantu diri mereka sendiri.

- 10) Biarkan keadaan sunyi beberapa saat.

Hal yang tidak boleh dilakukan:

- a) Memaksa orang lain untuk berbicara ketika ia tidak ingin berbicara
- b) Bertanya "mengapa ini" atau "mengapa melakukan itu"
- c) Menghakimi
- d) Menggunakan istilah terminologi teknis
- e) Membicarakan diri kita atau permasalahan kita sendiri
- f) Menjanjikan sesuatu yang tidak dapat kita tepati atau memberikan jaminan palsu
- g) Menceritakan pengalaman atau cerita orang lain
- h) Menyalahgunakan kepercayaan dan kerahasiaan informasi yang telah disampaikan kepada kita.

Kondisi yang diharapkan dari kegiatan Psychology First Aid (PFA) adalah:

- 1) Safety (rasa aman)
- 2) Calming (tenang & nyaman)
- 3) Connectedness to others (tidak sendiri, ada dukungan sosial)
- 4) Self-efficacy – empowerment (sikap positif pada diri penyintas, merasa mampu)
- 5) Hopefulness (harapan)

Piramida penanganan psikologis bagi Korban bencana alam:



METODE

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilakukan dengan metode ceramah. Metode adalah metode yang boleh dikatakan metode tradisional, karena sejak

dulu metode ini telah dipergunakan sebagai alat komunikasi lisan antara penceramah dengan peserta dalam proses belajar mengajar. Meskipun metode ini lebih banyak menuntut keaktifan penceramah/guru dari pada anak peserta/didik, tetapi metode ini tetap tidak bisa ditinggalkan begitu saja dalam kegiatan pengajaran.

Metode ceramah adalah penuturan bahan pelajaran secara lisan (Sudjana, 2010: 77). Menurut Sutikno (2009: 94) metode ceramah merupakan “metode pembelajaran yang dilakukan dengan penyajian materi melalui penjelasan lisan oleh seorang guru kepada siswa-siswanya”.

Kegiatan pengabdian ini, dilakukan berdasarkan 3 langkah metode ceramah antara lain:

1. Persiapan; pada tahap ini penceramah menciptakan kondisi ruang belajar supaya nyaman, aman dan tertib, sehingga kegiatan bisa berjalan dengan baik, sambil mengenali & memahami konteks, mengenali kekuatan tim/diri kesiapan diri. Kemudian mengumpul informasi yang akurat mengenai apa yang telah terjadi. Kemudian diidentifikasi berbagai layanan yang ada dalam setting tersebut (apa & dimana) baru melakukan komunikasi dan koordinasi dengan berbagai pihak terkait (terutama otoritas).



Gambar 1. Menciptakan Kondisi Yang Nyaman

2. Pelaksanaan; pada tahap ini penceramah melakukan penyajian materi tentang Psychology First Aid (PFA) kepada seluruh peserta, sambil memberikan kesempatan kepada peserta untuk mempraktekkan apa yang disampaikan oleh penceramah. Misalnya dalam melakukan kontak dengan penyintas apa yang harus diperhatikan dan siapa yang memulai untuk melakukan kontak. Hal yang diperhatikan antara lain; a) prioritas pertama pada penyintas yang mendatangi anda, 2) memperhatikan aspek budaya dalam memulai kontak, mis: seberapa dekat jarak anda berdiri dengan penyintas, seberapa banyak kontak mata, 3) peka terhadap tanda yang ditampilkan penyintas akan kebutuhan personal space 4) hindari asumsi bahwa apa yang anda lakukan akan ditanggapi secara positif/penyintas bereaksi positif pada anda, 5) hargai keputusan penyintas yang menolak bantuan anda. Dan yang paling utama dalam kegiatan PFA adalah Presence: hadir, berada secara fisik & emosional, empati: mempersepsikan, mengenali berbagai reaksi penyintas, mendengar dengan aktif. Setelah pemaparan materi selesai, penceramah memberikan kesimpulan materi yang telah disampaikan.



Gambar 2. Menyampaikan Materi PFA

3. Evaluasi, pada tahap ini penceramah mengadakan penilaian terhadap pemahaman peserta dari materi yang

telah disampaikan dengan cara; penceramah memberikan tes secara tanya jawab, juga dengan mengambil sampel dengan menyuruh peserta mempraktekkan bagaimana cara melakukan kegiatan PFA kepada korban bencana alam.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilaksanakan sosialisasi tentang Psychology First Aid (PFA) pada anggota PMI Kabupaten Nias Utara, diharapkan ke depan jika ada warga yang mengalami bencana maka, pengurus PMI dalam menerapkan dan mempraktekkan materi ini untuk memberikan penguatan berupa pertolongan pertama Psychology First Aid (PFA) kepada korban bencana alam.

Berdasarkan hasil penyebaran kuesioner yang diberikan sebelum dan sesudah pemaparan materi oleh penceramah, untuk dapat melihat sejauhmana keberhasilan penyampaian materi juga, kemampuan peserta dalam memahami materi yang telah disampaikan, juga sebagai acuan untuk dapat dijadikan sebagai salah satu instrumen tingkat pencapaian kegiatan pengabdian pada masyarakat tentang sosialisais Psychology First Aid (PFA) ini, dapat dilihat dari hasil tabel berikut ini.

Tabel 1. Rekapitulasi Kuesioner Sebelum Sosialisasi

No	Pertanyaan	Jawaban	
		Ya (100%)	Tidak (0%)
1.	Pernahkah Mengikuti Sosialisasi Tentang PFA		Ya
2.	Apakah Anda Mengerti Tentang PFA		Ya
3.	Tahukah Anda Siapa Saja Yang Terlibat Dalam Kegiatan PFA		Ya
4.	Pernahkah Anda		Ya

	Terlibat Dalam Kegiatan PFA		
5	Tahukah Anda Apa Yang Tidak Bisa Dilakukan Dalam Kegiatan PFA		Ya

Adapun hasil rekapitulasi data kuesioner setelah diadakan sosialisasi tentang Psychology First Aid (PFA).

Tabel 2. Rekapitulasi Kuesioner Sesudah Sosialisasi

No	Pertanyaan	Jawaban	
		Ya (100%)	Tidak (0%)
1.	Pernahkah Mengikuti Sosialisasi Tentang PFA	Ya	
2.	Apakah Anda Mengerti Tentang PFA	Ya	
3.	Tahukah Anda Siapa Saja Yang Terlibat Dalam Kegiatan PFA	Ya	
4.	Pernahkah Anda Terlibat Dalam Kegiatan PFA	Ya	
5	Tahukah Anda Apa Yang Tidak Bisa Dilakukan Dalam Kegiatan PFA	80%	

Dari tabel 2, di atas dapat diambil kesimpulan bahwa kegiatan sosialisasi tentang Psychology First Aid (PFA) pada organisasi PMI Kabupaten Nias Utara adalah berhasil dan sangat bermanfaat kepada seluruh peserta. Meskipun masih ada sekitar 20% yang masih ragu-ragu tentang apa yang tidak bisa dilakukan saat melakukan kegiatan Psychology First Aid (PFA).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil evaluasi, baik pengamatan maupun hasil kuesioner yang disebarakan sebelum dan sesudah kegiatan pemaparan materi, dapat di ambil kesimpulan bahwa:

Lestari Waruwu

1. Seluruh peserta sangat antusias serta semangat dalam mengikuti sosialisasi tentang Psychology First Aid (PFA).
2. Peserta 80% telah memahami materi sosialisasi tentang Psychology First Aid (PFA)
3. Kegiatan sosialisasi ini dapat menambah pengetahuan masyarakat baik pengurus, PMI Kab. Nias Utara maupun peserta.

DAFTAR PUSTAKA

Abdullah, I. (2020). Psychological Trauma : Theory, Research, Practice, and Policy COVID-19 : Threat and Fear in Indonesia. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1037/tra0000878>.

Allen, Brian; Brymer Melissa J; Steinberg, Alan M; Verbern Eric M; Jacobs Anne; Spier Anthony H; Spynoo Robert S. (2010, August 04). Perception of Psychological First Aid Among Providers Responding to Hurricanes Gustav dan Ike. *Jurnal Of Traumatic Stress*, vol 23, 509-513.

Ambaranie Nadia Kemala Movanita. (2018). Indonesia " Ramah" Gempa, Bagaimana menyikapinya? Jakarta: Kompas.com.

Damayanti, Fransiska E. (2018). Keefektifan Psychological First Aid (PFA) Sebagai Pertolongan Pertama Pada Korban Bencana dan Trauma. *Prosiding Seminar Nasional, SBN* 978-602;125-131.

Diyah & Ali imron (2016). Kekerasan Dalam Pendidikan (Studi Fenomenologi Perilaku Kekerasan di Panti Rehabilitasi Sosial Anak) *Jurnal Paradigma* Volume 04 Nomor 03 Tahun 2016.

Nasional Child Traumatic Stress Network Nasional Center For PTSD. (2006). *Psychological First Aid: Field Operations Guide 2nd Edition*. In N.

C. PTSD, Psychological First Aid: Field Operations Guide 2nd Edition. USA.

Sepanjang 2017, BNPB mencatat 2175 Kejadian Bencana di Indonesia nasional.kompas.com/read/2017/12/05/17200331/sepanjang.diakses.tanggal.09.November.2018

Shultz, James M; Forbes David. (2014). *Psychological First Aid. Disaster Health*.

Supiyah, Ratna, (2020). Pemberian dukungan Psikososial pada Anak yang Mengalami Gangguan di Era Pandemi covid-19. *Journal Publicuho*, vol 3, 394-404.

Tuwu, Darmin, (2018). *Konflik, Kekerasan, dan Perdamaian*. Kendari: Literacy Institute. Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 Tentang Perlindungan Anak.

Winurini, Sulis. (2014). Kontribusi Psychological First Aid (PFA) Dalam Penanganan Korban Bencana. *Info Singkat Kesejahteraan Sosial, Vol IV*.

WHO (2005). *Briefing Note on Psychosocial/Mental Health Assistance to the Tsunami- Affected Region*. WHO: Departement of Mental Health and Substance Abuse.